

aktywator

strony
ok_kulturze

ZA CHWILĘ WAKACJE

wieści z UKW

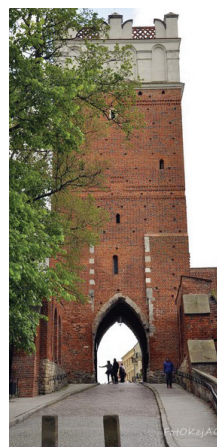
Brwinowski Uniwersytet Każdego Wieku kończy kolejny rok akademicki. Przybyło na liście kilkudziesięciu nowych słuchaczy, zwiększyła się ilość „klas”, bo już studenci się nie mieścili. Miło pomyśleć, że już niedługo zajęcia będą się odbywać w Pałacu Kultury i Nauki.

21 czerwca zapraszamy do „Zagrody” na uroczyste zakończenie roku. Na otarcie łez (że wakacje takie długie) Anna Maria Adamiak zaśpiewa nam szlagiery z „Wesołej Wdówki”, „Czardasza Ilony” z „Cygańskiej miłości” i wiele innych operetkowych wspaniałości. Koncert poprowadzi Paweł Świątorecki, na pianinie będzie akompaniował Robert Kulas. Serdecznie zapraszamy wszystkich naszych obecnych i przyszłych słuchaczy oraz ich rodziny i znajomych.

Dworek ZAGRODA, ul. Grodziska 57, godz. 16.30



Anna Maria Adamiak gość specjalny zakończenia roku akademickiego UKW



LATO jest OKej

PROGRAM LATA W MIEŚCIE _tydzień I

26 CZERWCA

8:15–15:30* DOLINA BOBRÓW
tenisówki/preparat antymoskito

27 CZERWCA

9:00–15:00* MUZEUM PAPIERNICTWA
Konstancin Jeziorna

28 CZERWCA

8:45–15:00* TERMY MSZCZONÓW
strój kąpielowy/ręcznik/klapki/krem z filtrem

29 CZERWCA

8:30–15:00* CZTERY PORY ROKU
Powsin/warsztaty

30 CZERWCA

godziny będą podane w późniejszym terminie * KINO JANKI

GRUPA I / MŁODSZA

26 CZERWCA

9:30–15:30* TERMY MSZCZONÓW
strój kąpielowy/ręcznik/klapki/krem z filtrem

27 CZERWCA

9:30–15:30* DOLINA BOBRÓW
tenisówki/preparat antymoskito

28 CZERWCA

8:00–18:00* KAZIMIERZ DOLNY
tenisówki/preparat antymoskito

29 CZERWCA

9:30–15:30* MUZEUM ETNOGRAFICZNE
warsztaty

30 CZERWCA

9:30–14:30* KINO WARSZAWA

GRUPA II / STARSZA

*godziny powrotów są orientacyjne

Prosimy pamiętać o drugim śniadaniu dla dziecka, wodzie i lekach (jeśli dziecko przyjmuje) oraz poinformowaniu nas o wszelkich alergiach. Zastrzegamy sobie prawo do zabrania grania na urządzeniach elektronicznych. Prosimy o wyposażenie dziecka w płyn przeciw kleszczom i komarom oraz wygodną odzież i obuwie.



Ziele roześmianych boginek

*Dziurawiec - posłuszne ziele
W noc świętojańską zakwita
Dar wprost z bożej apteki
Leczy wątrobę jelita (...)*

ks. Jan Twardowski

Anna Czeremcha

Za szybko przeleciała wiosna. Nie wiem jak Państwu, ale mi umknęło wiele roślin w tym sezonie, a tu już wianki, sianokosy, trza suszyć zioła, bo zaraz i lato przeleci i nim się obejrzymy, plakaty na dożynki zawisną w witrynach.

Istnieją co najmniej 23 rośliny, które latem należy uczcić zbiorem i przetworzeniem. Są to: lipa, rumianek, macierzanka, bylica, krwawnik, rozchodnik, lubczyk, trędownik, uczepek trójlistkowy, mięta, przywrotnik, lawenda, nagietek, lebidka, ruta, majeranek, melisa, kocanka, wierzbówka, rdest ptasi, koper, poziwnik i dziurawiec. Ufff. Kto by tyle nazbierał, co? A tymczasem to wakacyjna praca domowa dla każdej z Was, która ignoruje suplementy i rozumie, że tabletką nie zastąpi się królewskiego naparu.

Nie zdołam tu opisać wszystkiego, co chciałabym Wam przekazać, ale choćby o dziurawcu muszę, bo to jest nieprawdopodobna moc.

Ziele dziurawca zbieramy na początku kwitnienia, czyli zaraz, przełom czerwca i lipca. Nie bez powodu mówi się nań świętojańskie ziele, bo i czas zbioru w okolicach kupałnoki i roślina magiczna w obrzędach przesilenia letniego. Wianki z dziurawca, po oktawie Bożego Ciała, wieszano nad łóżkami panien, żeby zły duch ich nie skrzywdził. Rozumiem, że wianek strzec miał „wianka” ;)



Zbieramy dziurawiec z dwóch powodów. Po pierwsze, jak to raz pewnego rzekła moja przyjaciółka do swojego synka, jeden kwiatek dziurawca zimą jest jak jeden promień słońca latem, czyli do picia w razie smutków jesiennych i zimowych niechęci, ale też, a może zwłaszcza, na wątrobę, żołądek, woreczek żółciowy. Dziurawiec ma udowodnione działanie rozkurczowe. I po drugie, żeby przygotować proste smarowidło na rany, trądzik, oparzenia, bóle mięśniowe i w celu ujędrniania skóry.

Zbieramy ziele kwitnące, ale zależy nam też na pączkach kwiatowych, więc nie czekamy do połowy lata! Ścinamy nożyczkami dwie trzecie rośliny i suszymy podwieszane w luźnych bukietach. To będzie na herbatki zimowe przy gorszym samopoczuciu i po ciężkostrawnych posiłkach.

Pamiętać należy, że biorąc pigułki antykoncepcyjne, nie stosujemy dziurawca wewnętrznie. Zewnętrznie natomiast można, a nawet należy, skóra się odwdzięczy.

Obrywamy kwiatuszki i pączki, umieszczamy w słoju, skrapiamy spirytusem i odstawiamy na godzinę, po czym zalewamy olejem na dwa tygodnie (można czasem potrząchać słojem). Olej już po kilku dniach robi się czerwony, korалowy, bordo. To za sprawą hiperycyny w składzie, czerwonego barwnika, który może uczulać na słońce (podobno dlatego krowy nie jedzą dziurawca). Taki olej jest przeciwzapalny, regenerujący i gojący i bez dalszej obróbki (tylko zlać) można stosować na twarz i w ogóle na ciało, zwłaszcza te marszczące się partie. Picie takiego oleju obniża ponoć poziom cholesterolu i cukru we krwi.

Dziurawiec jest OK!

Profesor fitoterapii Jan Muszyński poleca smakowitą mieszankę na trawienie:

2 części dziurawca
2 części liści poziomki
1 część kwiatów bzu czarnego
1 część ziela mięty

Wybywajcie się wybawić, ilekroć się da tego lata. Plądrujcie łąki, zarośla, lasy, odwiedźcie Puszcę Białowieską, spłyńcie Rawką i czerpcie z tego lata, ile wlezie!

Wasza Czeremcha

Źródła:

Irena Gumowska, „Ziółka i my”, Wydawnictwo PTTK „Kraj”, Warszawa 1983.
www.rozanski.li, „Medycyna dawna i współczesna”.